











Speisekarte vom 07.09.2020 - 11.09.2020 Bio-Speiseplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	<p>Fruchtige Orangen-Möhrensuppe (g) mit Bio-Kartoffeln und Möhren Einlage dazu Vollkornbrot (a/a1/a2/a3/a5/a7/k')</p> 	<p>Auflauf aus Bio-Kartoffeln, Bio-Zucchini und Bio-Champignons (g) an einer Kräutersoße (a/a1/a7/g)</p> 	<p>Gemüserisotto aus Bio-Risotto-Reis und Bio-Brokkoli (g) mit einem Tomatendip</p> 	<p>Sojageschnetzeltes (a/a1/a7/f/g) auf Bio-Vollkornreis</p> 	<p>zwei gekochte Eier (c/g/j) mit Bio-Dillkartoffeln an einer Senfsoße (a/a1/a7/g/j)</p> 
	<p>Frisches Obst der Saison</p> <p>BE 6</p> <p>331 Kcal / 1399KJ / 6,4 Fett / 54,2 KH / 10,2 Eiweiß</p>	<p>Erdbeerminzquark (g)</p> <p>BE 6</p> <p>709 Kcal / 2973KJ / 40 Fett / 61,9 KH / 21,5 Eiweiß</p>	<p>Bio-Obst</p> <p>BE 8</p> <p>563 Kcal / 2372KJ / 15,4 Fett / 80,1 KH / 23,8 Eiweiß</p>	<p>Himbeerquark (g)</p> <p>BE 11</p> <p>1100 Kcal / 4631KJ / 22 Fett / 123,4 KH / 99,5 Eiweiß</p>	<p>Wassermelonen-Gurkensalat</p> <p>BE 5</p> <p>855 Kcal / 3562KJ / 53 Fett / 62,9 KH / 28,1 Eiweiß</p>
Menü 2	<p>Gebackene Hähnchenspieße mit Letschogemüse auf Bio-Vollkornreis</p> 	<p>Bio-Langkornreis "kreolischer Art" (3/5/l) mit Kidneybohnen, buntem Bio-Paprika und grünen Bohnen</p> 	<p>Bio-Gabelspaghetti (a/a7) mit Bolognese aus Bio-Rinderhackfleisch und geriebenem Käse (g)</p> 	<p>Mediterraner Nudelaufbau aus Bio-Vollkornnudeln, (1/3/5/a/a1/a7/c'/f'/g/l) Zucchini, Paprika, Aubergine und getrockneten Tomaten (3/5/l) mit Käse überbacken (g) an einer Tomaten-Basilikumsoße (a/a7'/g)</p> 	<p>Bio-Pennnudeln in einer cremigen (a/a7) Lachs-Sahnesoße (3/a/a1/a7/d/g) mit Cocktailtomaten und Spinat</p> 
	<p>Frisches Obst der Saison</p> <p>BE 9</p> <p>614 Kcal / 2593KJ / 5,6 Fett / 97,4 KH / 39,5 Eiweiß</p>	<p>Erdbeerminzquark (g)</p> <p>BE 5</p> <p>262 Kcal / 1103KJ / 2,9 Fett / 45,7 KH / 10 Eiweiß</p>	<p>Bio-Obst</p> <p>BE 8</p> <p>654 Kcal / 2756KJ / 20,1 Fett / 77,8 KH / 38,7 Eiweiß</p>	<p>Himbeerquark (g)</p> <p>BE 10</p> <p>945 Kcal / 3971KJ / 30,7 Fett / 114,5 KH / 45,9 Eiweiß</p>	<p>Wassermelonen-Gurkensalat</p> <p>BE 10</p> <p>804 Kcal / 3388KJ / 17,9 Fett / 120,2 KH / 34,8 Eiweiß</p>

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a5 mit Dinkel*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, j mit Senf*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten

(' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus